

ATTIVITA' FISICA nell'ASL CN1: i dati del sistema di sorveglianza PASSI 2007-2009

scheda tecnica a cura di Maria Teresa Puglisi e Anna Maria Fossati, S.S. Epidemiologia Dipartimento di Prevenzione ASL CN1

Livelli di attività fisica*			
	ASL CN1 (2007- 2009)	Regione Piemonte (2007- 2009)	Pool nazional e (2009)
Attivo	33%	33%	33%
Parzialmente attivo	41%	40%	37%
Sedentario	26%	27%	30%

* livelli di attività fisica raccomandata per una persona adulta: intensa 20 minuti al giorno per 3 giorni, moderata 30 minuti al giorno per 5 giorni

Sedentari	
Totale	26%
Classi di età	
18-34	21%
35-49	26%
50-69	29%
Sesso	
uomini	22%
donne	29%
Livello di istruzione	
Nessuno/elementare	29%
Scuola media inferiore	32%
Scuola media superiore	22%
Laurea/diploma universitario	16%
Difficoltà economiche	
Molte difficoltà	28%
Qualche difficoltà	26%
Nessuna	26%

All'interno del sistema di sorveglianza PASSI, relativo al periodo giugno 2007-dicembre 2009, sul territorio dell'ASL CN1 sono state effettuate 1698 interviste tra gli iscritti all'anagrafe sanitaria nella fascia di età 18-69 anni.

Quanti sedentari e quanti attivi fisicamente

Il 33% degli intervistati ha uno stile di vita attivo: pratica infatti attività fisica intensa o moderata come raccomandato oppure ha un'attività lavorativa pesante (dati in linea con quelli regionali e nazionali).

Il 41% è parzialmente attivo, verso il 40% in Regione Piemonte e il 37% del Pool nazionale.

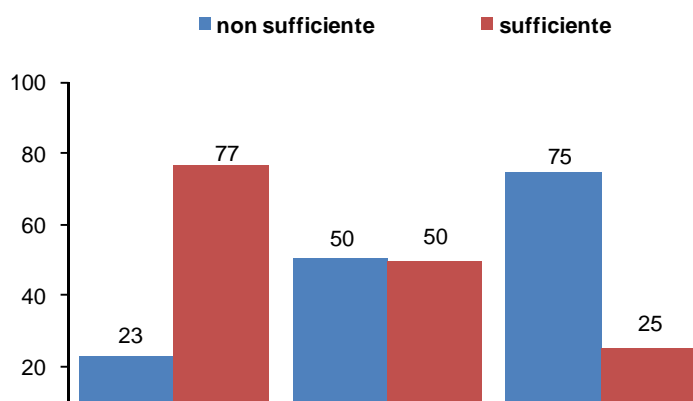
Il restante 26% è completamente sedentario (27% Regione Piemonte, 30% Pool nazionale).

Caratteristiche dei sedentari

Sul territorio dell'ASL CN1 la sedentarietà aumenta con l'aumentare dell'età anagrafica ed in presenza di difficoltà economiche.

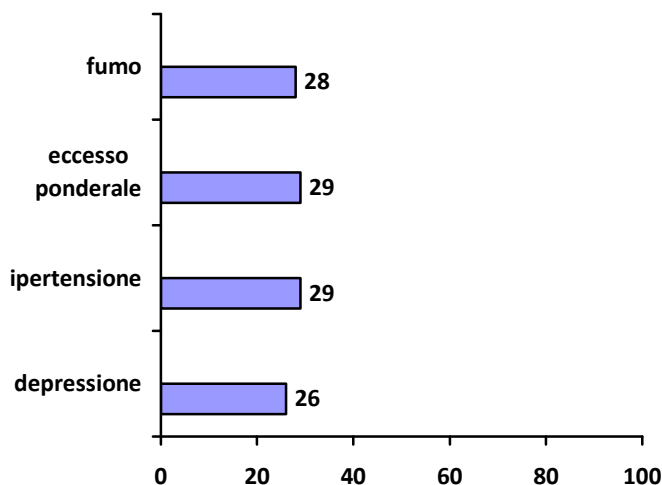
È inoltre più diffusa tra le donne e tra chi riferisce bassi livelli d'istruzione.

Percezione di attività fisica per livello di attività fisica praticata (%)



Come viene percepito il proprio livello di attività fisica

La percezione che le persone hanno del livello di attività fisica praticata condiziona cambiamenti verso uno stile di vita più attivo. Ben un sedentario su quattro (25%) e la metà (50%) delle persone parzialmente attive giudicano la propria attività fisica sufficiente.



Sedentari e altri fattori di rischio

Lo stile di vita sedentario è spesso associato ad altre condizioni di rischio. Sul territorio dell'ASL CN1 è sedentario: il 26% delle persone con problemi di depressione, il 29% degli ipertesi, il 29% di chi è in eccesso ponderale, il 28% dei fumatori.

Promozione dell'attività fisica da parte degli operatori sanitari

Solo al 31% degli intervistati (tra coloro che dichiarano di essere stati da un medico o altro operatore sanitario negli ultimi 12 mesi) è stato chiesto se svolgono attività fisica (dati in linea con il Piemonte e il Pool nazionale). Al 28% delle persone è stato consigliato di fare attività fisica: il dato aziendale è in ogni caso inferiore sia al dato regionale che nazionale.

Attenzione degli operatori sanitari

(tra coloro che dichiarano di essere stati da un medico o altro operatore sanitario negli ultimi 12 mesi)

	ASL CN1 (2007-2009)	Regione Piemonte (2007-2009)	Pool nazionale (2009)
Persone cui un medico o un operatore sanitario ha chiesto se svolgono attività fisica	31%	32%	31%
Persone che hanno ricevuto il consiglio di fare attività fisica	28%	29%	31%

Conclusioni

Aumentare la consapevolezza dell'importanza di fare attività fisica è un obiettivo che può essere raggiunto lavorando sulle strategie che influenzano l'adozione di uno stile di vita sano.

I risultati dell'indagine evidenziano inoltre la necessità di rafforzare ulteriormente l'azione di sensibilizzazione da parte degli operatori sanitari verso gli utenti sulla tematica.

Che cos'è il sistema di sorveglianza PASSI?

Nel 2006, il ministero della Salute ha affidato al Centro nazionale di epidemiologia, sorveglianza e promozione della salute dell'Istituto superiore di sanità il compito di sperimentare un sistema di sorveglianza della popolazione adulta (Passi, Progressi delle aziende sanitarie per la salute in Italia). L'obiettivo è stimare la frequenza e l'evoluzione dei fattori di rischio per la salute, legati ai comportamenti individuali, oltre alla diffusione delle misure di prevenzione. Tutte le Regioni o Province autonome hanno aderito al progetto. Un campione di residenti di età compresa tra 18 e 69 anni viene estratto con metodo casuale stratificato dagli elenchi delle anagrafi sanitarie. Personale delle Asl, specificamente formato, effettua interviste telefoniche con un questionario standardizzato. I dati vengono poi trasmessi in forma anonima via internet e registrati in un archivio unico nazionale.

Per maggiori informazioni, visita il sito www.epicentro.iss.it/passi.

Coordinamento per la Regione Piemonte e reportistica regionale a cura del SSEPI ASL NO – tel. 0321 374.408;

e-mail: epidemio.nov@asl.novara.it